

SI VIS PACES PARA BELLUM

SEULS 390 SURVIVRONT








Sommaire



TRAVAIL COURAGE
MOTIVATION ACIDUITÉ
JOIE RÉGULARITÉ RIRE
AMIS ENTRAÎNEMENT
EMMERDES DECOUVERTE
TUTORAT ANNALES COLLES
DOUTES RENCONTRES
BU DÉFIS CONCOURS
NOCTURNES RIGOLADES
ESPRIT D'ÉQUIPE
COMPÉTENCES
FORCES

Mot des présidents

Salut à toi, Ô jeune Padawan de la PACES, jeune étudiant, fraîchement libéré des boutons d'acné (ou pas) et des obligations scolaires. Le bac en poche, te voilà enfin devant un défi à ta hauteur ! Tel la Montagne du Destin pour le brave Frodon, l'Etoile de la Mort pour Lucky Luke, Marcheciel ou encore le trône le moins confortable du monde convoité par c'te bonasse de Daenerys, la dompteuse de gros vers de terre. Tu devras toi aussi être confronté à de terribles épreuves nécessitant force, courage et assiduité afin de vaincre le CONCOURS !
Oh malheureux, tu ne sais pas! Oh non, tu ne sais pas dans quoi tu viens de t'embarquer! Attention, fais-le, ou ne le fais pas. Mais ce n'est pas un essai. Ne te dis pas, « j'essaie et on verra », car sans motivation, tu te perdras.

Heureusement, nous présidents, sommes là pour te montrer la vraie nature de la Force.
Je sais tout à ton sujet: sexe pour le dîner, gueule de bois sur l'canapé au petit-déjeuner, les flemmes de travailler, les soirées pépouzes à « réviser », les aprems ensoleillés sur la plage en décolleté…Tes parents te dorlotaient ? … Maintenant, ça va changer, tu rentres enfin dans le vrai monde: LE POUDLARD DE LA SANTÉ!

Tes beuveries du jeudi soir fraîchement découvertes, tes plans culs du vendredi sur la banquette et tes amourettes du samedi avec ta blondinette ; déjà crois-moi, tu les oublies. There is only one God, his name is PACES. And there is only one thing we say about PACES : "Don't do your best, be the best".

Ta vie de PACES commence aujourd'hui et autant te dire que ce n'est pas de la rigolade, mais surtout, ne perds pas espoir, tu en auras besoin mon ami. La première année commune aux études de santé c'est avant tout du travail, un travail acharné et régulier, j'insiste bien sur le RE-GU-LIER (3 merveilleuses syllabes qui t'ouvriront la voie vers les plus hauts sommets). Tu n'auras pas le temps de sortir. Profiter de la vie étudiante n'est pas encore pour toi, ça se mérite mon p'tit gars.
Comme disait le sage Yoda: « ICI, la fainéantise et la procrastination, sont le chemin du coté obscur. La fainéantise mène à la procrastination, la procrastination mène à l'angoisse, l'angoisse mène au retard, le retard, lui, mène à l'échec… » (Hé oui, pas de palais…pas d'palais…CQFD) Je sens beaucoup de fainéantise en toi, jeune lycéen…
Bien évidemment on ne te demande pas d'accomplir ce prodige par la force de tes seuls neurones ! Il te faudra une solide équipe douée de différentes compétences, profite de cette année difficile pour rencontrer du monde (pas 1500 personnes bien sûr mais des gens de confiance avec qui tu passeras les plus belles années de ta vie), la PACES c'est aussi un travail d'équipe !

Ô malheureux, sache qu'en PACES, ta trop grande confiance en toi est ta plus grande faille. Les apparences sont souvent trompeuses, et ceux qui parlent le plus sont souvent ceux qui en font le moins. L'habit ne fait pas le moine, oh non, et les belles paroles, ne font pas l'intelligence.

Cette année tu vas intégrer le PFRS (ou Pôle de Formation de Recherche et de Santé), considère-le comme ta nouvelle maison car tu vas y passer un certain temps : entre les cours, les colles du Tutorat, la cafétéria ou la BU tu ne verras pas le temps passer, c'est un peu la « magie » de notre monde !

Ce livret que tu tiens dans tes mains encore vierges de toute sagacité s'intitule le Petit Futé, il te guidera, toi et tous tes amis, dans tes premiers pas d'étudiant fraîchement sorti du moule pour te présenter tous les bons plans de l'année !

Tu verras qu'au fil des jours, tu redéfiniras tes priorités, et après des jours et des nocturnes à la BU, tu auras à peu près autant de charme qu'une limace crevée ! Tu ne me crois pas? Hé bien, tu verras! Sache que la PACES peut te mettre au tapis, mais c'est à toi de choisir si tu veux ou non te relever. Tu échoueras à certaines colles, tu auras des moments de doutes, des engueulades… car oui, la vie ne s'arrête pas à la PACES, et tu devras aussi gérer ton linge, tes courses, tes amis. Mais comme je t'ai déjà dit, la PACES, c'est aussi le meilleur endroit pour rencontrer des gens, qui comme toi, ont de l'ambition (ou pas), tu auras des

moments de joie, des fous rires, mais aussi beaucoup de larmes. Peu importe que la route soit longue, de toutes tes forces: fonce ! Mais attention, pas trop vite, la PACES est avant tout une course d'endurance, si tu pars trop vite, tu t'essouffleras, et si tu pars trop tard, tu t'essouffleras à vouloir aller trop vite. Alors n'oublie pas ces 3 mots: **travail, régularité et motivation**.

Tu te demandes sûrement (ou pas) qui sont les merveilleuses personnes qui t'accueillent dans ces premières pages… Laisse-moi nous introduire (mais non pas comme ça, enlève cette image de ta tête immédiatement !) : nous sommes les corpos et associations représentatives des différents corps composant les études de santé de Caen : Corpo Médecine, Corpo Pharma, Corpo Sage-Femme, Tutorat et Kascad ! Mais que faisons-nous me diras-tu ! Tu es décidément bien curieux jeune padawan, et c'est tant mieux, ça te servira. Et bien pour faire court c'est nous qui t'accompagneront et seront indispensables pour réussir une année si ardue. (On t'explique dans les pages suivantes) Nous sommes principalement là pour t'aider à surmonter toutes les difficultés alors n'hésite pas à venir nous voir si tu as des questions ou que ton moral est au plus bas, les représentants des bureaux seront toujours ravis de pouvoir te soutenir !

Et maintenant bonne chance ! Tu es un sorcier Harry (si tu t'appelles Harry) ! Que la force soit avec toi car PACES is coming!

Seras-tu un des élus ? Avec la motivation, les connaissances et l'organisation, il n'en restera qu'environ 390… encore une fois: bonne chance!

Paul Roquier
Président de la corpo médecine

Clara V
Présidente du tutorat santé de Caen

Pierre Marie
Président de la corpo pharma

Isabelle Enjalric
Vice présidente en charge de la polycopie à la corpo médecine

Tom Maty
Vice président du tutorat santé de Caen

Emilie Tina
Présidente de la corpo sage-femme

Pauline Maigner
Présidente de Kaskad

Conseils

Here we go, cher Jedi, tu es désormais lancé dans l'aventure, la vraie!

Fais table rase de ce que tu as entendu sur la PACES, ce petit livret va tout t'expliquer en détails, le vrai de vrai, le véridique sur la PACES, c'est maintenant!

Tout d'abord, petit curieux que tu es, tu te demandes peut-être qui est cette petite voix qui te parle? Je suis Isabelle, la VP poly à la corpo médecine (explication en détails dans quelques pages).

Enjoy Reading !

Avant tout, tu le découvriras très vite, la PACES, n'a rien à voir avec le lycée. Tu auras donc besoin d'un petit **temps d'adaptation** pour t'y faire, mais ne t'en fais pas, vous êtes tous dans le même cas. Il te faudra acquérir une **vraie méthode de travail**, qui te correspond à toi. En PACES ce n'est pas tellement la difficulté des cours qui te posera le plus de soucis mais la quantité, c'est donc ton **ORGANISATION** qui fera la différence sur ta rapidité d'adaptation, et constituera une partie importante de ta méthode de travail.

N'hésite pas à noter tout ce que tu as à faire dans un ***« to do book »***, ça te permettra de ne pas oublier de faire tes exos pour le TD, de revoir certains cours, ou encore d'acheter le bouquin dont ce prof parle tout le temps…

En PACES, tu devras apprendre un certain nombre de choses par coeur, alors n'hésite pas à te créer des **moyens mnémotechniques**. Aussi, pour bien retenir, il te faut aller en cours, et **ÊTRE CONCENTRÉ**, afin de gagner un maximum de temps en assimilant l'essentiel pendant le cours. Rester concentré, ou éveillé (pour certains) 2h d'affilées, ce n'est pas évident, mais en rentrant chez toi, ça te facilitera grandement les choses. C'est du temps gagné!!

Ensuite, en PACES il te faut penser **EFFICACITÉ** !!! Ton temps est précieux, certes, mais il ne faut pas négliger tes **heures de SOMMEIL**, tes **MOMENTS DE DÉTENTE**, le **SPORT**. Tu peux penser, que plus tu travailles plus tu assimiles, mais en décompressant une heure, de temps en temps, tu deviendras bien plus efficace que si tu te forces à travailler pendant des heures sans motivation.

N'hésites pas à voir tes amis, les meilleurs au concours sont souvent ceux qui ont su « garder une **vie sociale** » pendant leur année. Passer du temps avec les gens que tu aimes, rires avec eux, passer de bons moments, ne peut que t'être bénéfique (dans la limite du raisonnable, bien évidemment).

Valorise au maximum le **TRAVAIL DE GROUPE.** En effet, vous n'avez pas tous les mêmes capacités, ni la même façon de comprendre les choses, et une mise en commun, peut souvent t'être bénéfique. En plus, ça te permettra de rester motivé, et un peu de ***compétition*** pour les colles et le concours ne peut pas faire de mal! C'est plus facile de chercher à être meilleur que ton/ta « best friend for ever besta tmtc » que 1500 inconnus!!

Aussi, la PACES, ce n'est pas tout donner pendant un mois à fond, mais rester motivé et productif pendant toute l'année. C'est un *travail sur le long terme*, c'est pourquoi il faut que tu soit ***organisé, équilibré et méthodique***. En PACES tout est une question d'**ENDURANCE** avant tout. Tu dois apprendre à gérer ton temps. Il faut aussi que tu saches qu'il n'y a pas de « bonne parole », chacun est différent et a sa propre méthode. Ce n'est pas parce que ton/ta meilleur(e) pote explose les scores en colle que sa méthode te conviendra à toi… Comme disait Socrate, avant tout, *connais toi toi-même*. Fais en fonction de ce que tu

ressens, n’essaie pas de faire comme les autres, ou de sembler travailler pour angoisser les autres. Fais les choses pour toi car pendant le concours tu seras seul, ne l’oublie pas!

PS: n’oublie pas de manger, prends un peu de temps pour aller au RU avec tes amis. (PSs: le café, ça ne nourrit pas, alors évite de t’en gaver, surtout que tu risques de rentrer dans un engrenage contre-productif dans lequel tu boiras du café pour te réveiller, dormiras moins et seras donc plus fatigué…ainsi de suite…)

Allez, arrête un peu de stresser, l’année ne fait que commencer, tu auras tout le temps pour ça !!!

Découvre vite les bons plans pour la PACES ! ;)

Matériel nécessaire ?

- des stylos, crayons à papier, ce que tu veux mais quelquechose pour prendre des notes
- feutres noirs pour les grilles de QCMs
- ordi, tablette si tu veux quitter les diapos du prof sur l’ordi et taper au clavier
- des feuilles (pense à en avoir d’avance si tu ne veux pas perturber tes voisins ;))
- un dictaphone ou une option dictaphone correcte sur ton portable (ça peut servir)
- des surligneurs pour bien relire tes cours et marquer les choses essentielles (n’oublie pas, le stylo plume s’efface avec le surligneur)
- **calculatrice « collège »** (attention les « lycée » sont interdites au concours, hé oui, les formules, c’est dans la tête pas dans la calculette, cher ami!)
- boules quies. Hé oui, les tap-tap des claviers, les pas sur le sol, et les chuchotements, ça peut très vite donner mal à la tête!

J’espère que ton sac est prêt là !!! ;)

Et les livres spéciales paces ?

En ce qui concerne les livres : INUTILE de vous ruiner ! Le concours est basé sur le cours du professeur, il n'est pas nécessaire d'apprendre des informations extérieures. Vous avez la possibilité de consulter et d'emprunter des livres à la Bibliothèque Universitaire si vous avez besoin de revoir une notion mal comprise.

Il existe cependant trois livres qui peuvent être utiles durant l'année :

- **Livre de biochimie** rédigé par les professeurs qui s'occupent de l'enseignement de biochimie.
  Référence : Biochimie Cours & QCM UE1 ; Stéphane Allouche, Isabelle Denis, Pascal Gauduchon, Hubert Lincet, Laurent Coulbault ; édition Ellipses

- Un livre d'anatomie pour le 2e semestre qui vous sera conseillé par votre professeur

- **Livre de botanique** du professeur Rioult
  Référence : Biodiversité et évolution du monde vivant ; David Garon, Jean-Christophe Guénen, Jean-Philippe Rioult ; édition Ecosciences.



La PACES

Les dates importantes

Aller, petit jedi, à ton agenda:

Pour le premier semestre:

- début des cours: 31 mai 2015
- fin des cours: 20 novembre 2015
- **examen du premier semestre : 17 et 18 décembre 2015**

Pour le second semestre:

- début des cours : 4 janvier 2016
- fin des cours : 26 avril
- **examen du second semestre : 11, 12 et 13 mai 2016**

Les sites internet

Moodle!

C'est un site où les profs mettent en ligne leur cours. Tu peux y accéder avec l'adresse suivante :http://foad2.unicaen.fr/moodle/ . Il te suffit ensuite de te connecter avec ton identifiant étudiant et ton mot de passe que tu trouveras sur un petite feuille que l'on te donnera à ton inscription ou en début d'année. Ces petits chiffres, surtout ne la perds pas, elle te servira pendant toutes les années futures. Une fois connecté, vas dans la partie santé, puis clique sur PACES. Là tu trouveras la liste de toutes les unités d'enseignement (UE).

Petit conseil: télécharge les diapos du prof avant d'aller en cours, comme ça se sera plus simple pour toi de suivre le cours, au fil de ses diapos. Cela te permettra de prendre des notes sans avoir à « gratter » de toutes tes forces pour être sûr d'avoir l'essentiel du cours.

L’ENT!!

C’est un site mis en place par l’université. Tu y trouveras tout plein d’infos essentielles pour toi notamment ton emploi du temps, des infos concernant la fac, tes résultats dans les années supérieures… Tu peux le trouver en tapant « ENT Caen dans ton moteur de recherche. Ensuite tu dois choisir ton établissement (Unicaen), puis on te demande ton identifiant et mot de passe (les mêmes que pour te connecter à moodle). Tu verras, ces petits chiffres, au bout de quelques jours, tu les connaitras par coeur! ;)

Zimbra!

Il s’agit de ta messagerie unicaen. Toutes les infos importantes concernant les cours, modification d’emploi du temps passeront par là, tu penses bien, la fac ne va pas s’amuser à vous envoyer à tous des mails sur vos messageries perso… Elle ne communiquera avec toi que par le biais de cette messagerie ! Donc penses à y jeter un coup d’oeil de temps en temps ou à faire suivre tes mails. Tu peux trouver ta messagerie grâce à ton moteur de recherche en tapant « zimbra caen ». Dans la rubrique emploi du temps tu peux aussi trouver ton emploi du temps.

Le site de l’UFR de médecine!

Tu peux y accéder grâce à cette adresse: http://ufrmedecine.unicaen.fr . Pour trouver les infos te concernant, il faut cliquer sur l’onglet « informations étudiantes » puis aller dans la rubrique PACES. Sur ce site, tu trouve plein d’infos, comme les date du concours, les cours annulés, reportés, enfin plein de trucs, tu verras ça au cours de l’année. Tu peux d’ailleurs d’auré n’avant l’enregistrer dans tes favoris car tu devras t’y connecter plusieurs fois par semaine.



Les cours à la fac : mode d'emploi

Tu te demandes probablement (ou pas) comment se déroule les cours à la fac ! C'est très différent du lycée, mais ne t'inquiète pas, je vais tout t'expliquer. Et tu t'y habitueras très rapidement, tu verras !

Les Cours Magistraux! (CM)

Ils correspondent aux cours donnés en amphi. Au Pôle de Formation et de Recherche en Santé (PFRS pour les intimes), il y a deux amphi rien que pour toi, dans lesquels se passent les CM: l'amphi Marie Curie (1000 places) et l'amphi Hippocrate (500 places). Le prof fait son cours dans l'amphi 1000 places et son cours est retransmis en amphi Hippocrate. En gros, tu entends juste sa voix sauf en cours d'anatomie où le prof est filmé, pour que tu puisses voir ses schémas. Pour l'anat c'est quand même mieux d'aller dans l'amphi du prof, pour bien voir ce qu'il dessine, car souvent, les caméramans (les deuxièmes année), sont quelque peu dissipés et ne suivent pas forcément. En plus, petit veinard, dans l'amphi Marie Curie, il y a des petits coussins pour entretenir ton petit fessier et t'éviter de douloureux escarres ! Bon sinon en cours comme je te l'ai déjà dit précédemment, tu dois écouter, bien attentivement le prof (même si parfois c'est duuuuuur). Si jamais il va trop vite n'hésite pas à te servir d'un dictaphone mais ne le fait pas à chaque fois, ou ne réécouter que quand il te manque quelque chose, car ça peut prendre énormément de temps. Petite astuce: tu peux écrire le temps d'enregistrement du dictaphone sur la période où le prof allait trop vite, ou le moment où tu n'as pas bien entendu; pour y revenir après.

Les ED!

Ce sont des séances en petits groupes, dans lesquelles le prof va corriger des exercices avec ton groupe d'ED et toi, et vous expliquer certains points. Au début de l'année tu va pouvoir voir ton groupe d'ED sur le site de l'UFR de médecine. En gros il prennent la liste des inscrits dans l'ordre alphabétique et coupent pour faire des groupes d'une cinquantaine de personnes. En général les ED ont lieux dans des salles un peu plus petites que les amphis et c'est à ces moments que tu peux retrouver une « ambiance lycée ». Surtout, prépare bien tes ED avant d'y aller, comme ça tu verras sur quoi tu as eu des difficultés et ce que tu n'as pas réussi pour bien écouter la correction. La PACES reste un concours, et préparer tes exercices t'apporteras forcément un temps d'avance sur les autres ;). En ED c'est le moment pour participer, alors, n'hésite pas à poser des questions. Ils sont là pour t'aider, c'est pourquoi il faut y aller parce que connaitre ses formules par coeur c'est une chose, apprendre à les utiliser en est un autre, et le jour du concours le but est d'être rapide et efficace dans l'utilisation des formules!

Les Unités d'Enseignement! (UE)

Pour t'expliquer simplement, les UE réunissent plusieurs matières. En résumé, tu auras:

- Au premier semestre:
  - UE1 : Biologie, Biologie Moléculaire, chimie Organique et Chimie générale
  - UE2 : Biologie Cellulaire, Embryologie et Histologie
  - UE3a : Biophysique
  - UE4 : Biostatistique

- Au deuxième semestre :
  - UE5 : Anatomie générale
  - UE6 : Initiation à la connaissance du médicament
  - UE7 : Botanique et Sciences Humaines
  - UE Spécifique : Médecine, Pharmacie, Unité Foeto-placentaire et Odontologie

Aller, c'est parti, on va éclaircir tout ça !

UE1:

> **La biochimie** : Tu vas étudier les réactions chimiques du corps humain. Pour cela tu vas devoir avant tout connaître les différentes familles d'acides aminés et leur particularités, les différents éléments qui créent la structure des protéines. Tu devras également connaître un certain nombre de métabolisme, comme celui du glucose, des lipides, de la chaîne respiratoire… Dis comme ça, ça paraît assez compliqué, mais il n'y a pratiquement rien à comprendre, c'est du par coeur… Tu comprendras mieux à quoi tout ça t'es utile passé en deuxième année. Hé oui, ça va te prendre du temps pour tout apprendre, mais ne t'en fais pas, ça ne s'oublie pas comme ça après (hééé ouais, ça marque la biochimie). Astuce: essaie de t'entrainer tous les jours à réécrire les cycles sur une feuille, ça ne te prendra que quelques minutes et ça va vraiment t'aider à les garder en mémoire !

> **La biologie moléculaire**: Ça concerne tout ce qui touche à l'ADN! La transcription, la traduction, la réparation et la réplication, et un certain nombre d'autres petits noms barbares, qui te rappelleront probablement des souvenir du lycée… mais ne t'y trompe pas petit padawan, tout cela en bien plus approfondi avec plein de petites enzymes sympathiques dont tu devras connaitre la fonction par coeur ! C'est une matière qu'il faut avant tout comprendre pour l'apprendre. Petit astuce: entraîne toi assez tôt et régulièrement sur des exercices types concours (ED et annales), et surtout va en ED ! Tu verras que ce n'est vraiment pas si simple de comprendre les ED, donc fais les et ce sera déjà ça de pris, tu pourras poser des question. Surtout retiens bien ça: en ED de biomol écoutes bien! ;)

> **La chimie Générale** : Cette matière se divise en deux parties; l'atomistique et la thermodynamique.

En atomistique tu parleras évidemment d'atome et de tous ses composants (électrons, protons..), de niveau d'énergie, et plein d'autres choses… Tes formules de cours devront elles aussi être connues par coeur. Tu devras comme en biologie moléculaire, comprendre ton cours.

En thermodynamique… mais non, ne pars pas en courant, ce n'est pas aussi compliqué qu'il n'y parait ! ;) En thermodynamique donc, tu étudieras les modifications environnementale dans différentes situation (adiabatique, isovolumétrique…), on peut simplifier le nom en disant que c'est l'étude de la chaleur. Je sens déjà que tu te fais du soucis petit padawan, mais ne t'en fais pas, tu es un Jedi, tu apprendras assez vite la signification de tous ces mots bizarres. Petit point important: si tu veux aller en pharma, la chimie G est importante à comprendre, ne la néglige pas !

> **La chimie Organique** : Il s'agit de l'étude des réactions entre plusieurs molécules. En gros tu vas apprendre différents mécanismes de réaction, voir ce qui se passe entre molécules lors d'une réaction. Essaie de comprendre un maximum de chose, même si ce n'est pas toujours évident. Car apprendre des mécanismes types, d'accord, mais après il faut s'avoir les appliquer. Fais tes EDs avant d'y aller, même si c'est avec ton cours, c'est déjà un bon début. Un seul mot d'ordre en orga: s'entrainer. Mais ne t'en fais pas, tu as un certain nombre de prof en ED, qui se feront une joie de t'expliquer… :) Petit point pharma: accroche toi, tu vas manger de l'orga ! ;)

POUR LE CONCOURS: L'UE 1 est une épreuve de **2H30**, un petit conseil, si tu veux être sûr de marquer le plus de point, commence par la matière dans laquelle tu es le plus à l'aise. Pour la biochimie et la biologie moléculaire, fais les QCM simples avant les exercices qui prennent du temps. Et surtout passe quand tu ne sais pas, tu y reviendras. Pour la chimie générale, le mieux est de commencer par les questions de cours (pour ça il faut vraiment bien connaitre ton cours) puis finir par les calculs. Surtout si tu bloques sur un exo, essaie de ne pas paniquer et passe au suivant, tu y reviendras!

L'UE2!!

> **La biologie cellulaire**: C'est l'étude de la cellule. Tu vas apprendre son fonctionnement. Tu verras, ce n'est pas une matière compliqué, en écoutant bien en cours, tu as déjà quasiment tout en tête, c'est pas génial ça ?! Entraine toi sur les annales, tout peut tomber, et attention aux pièges dans l'énoncés ! Surtout attention au « cochez les réponses fausses ». Mais ne t'inquiète pas le Tutorat est là pour toi, il va t'entrainer et va faire de toi une bête à QCM !!

> **L'embryologie**: l'étude de la formation de l'embryon. Tu étudieras les choses dans l'ordre chronologique de la formation de l'embryon: des gamètes, à la fécondation jusqu'à la naissance. Beaucoup de personnes apprécient cette matière car elle est assez concrète, et qu'entre nous, la bêta oxydation, t'en vois pas tous les jours #biochimieforever ;). N'hésites pas à faire de jolies fiches pour ne pas te mélanger les pinceaux avec la chronologie.

> **L'histologie** : c'est l'étude des tissus. C'est une matière à connaitre par coeur !! En relisant ton cours assez souvent, ça va finir par rentrer, ne t'en fais pas. Pour t'entrainer, fais les annales, ça aide bien, surtout si les questions retombent (et oui, dans ces cas là tu es bien content de connaitre les annales par coeur). Tu étudieras, la peau, le tissu osseux, le coeur et le tissus nerveux.

POUR LE CONCOURS: L'UE2 est un épreuve de **2H30**. Si tu t'es bien entrainé, le temps ne te pauseras pas de problème, il est probable que tu finisses en avance, dans ce cas, fais pas le bêta, profites en pour relire. Fais attention aux réponses fausses ou vraies à cocher, et lis bien ton énoncé !

L'UE3 a et UE3 b !

> **La biophysique**: c'est de la physique adaptée à la biologie. Tu vas pouvoir comprendre certains mécanismes du corps humain grâce à cette matière. L'UE3a du premier semestre est plus théorique que l'UE3b du second semestre. Surtout il faut bien connaitre les formules, entraine toi à refaire les concours des années passées en te chronométrant pour ne pas être pris au dépourvu le jour du concours. Tu dois connaitre certaines méthodes par coeur pour être rapide et efficace.

POUR LE CONCOURS: C'est une épreuve de **1h**. Il faut commencer par les questions de cours, pour gagner facilement des points (car évidemment tu connaitras ton coeurs sur le bout des doigts). Tu dois faire attention au temps, car 1h ça passe très vite, c'est pour ça que tu dois être très entrainé sur cette matière.

L'UE4 !

> **Les biostatistiques**: Il y a différentes parties dans cette matière: les mathématiques pures (tu auras besoin de tes connaissances de terminale: dérivée, fonction, intégrale, ça te dit quelque chose ?!? :p), et les biostatistiques elle même divisée en plein de parties. Il y a pas mal de formules à savoir, au début tu les trouveras complexes, mais à force de les appliquer, ça coulera de source ;). N'hésite pas à faire des fiches et

surtout à t'entrainer aux ED et annales pour bien les mémoriser. Tu verras, en biostat, l'énoncé est d'une importance capitale, car il détermine quelle formule tu auras à utiliser… Donc lis le bien, plutôt deux fois qu'une, ce n'est jamais du temps perdu !!

POUR LE CONCOURS: Il faut commencer par les questions qui prennent le moins de temps: les questions de cours puis les biostat et en dernier les maths purs. (Essaies plusieurs méthodes quand tu fais tes concours chronométré, tu verras ce qui te convient le mieux)

L'UE 5!

> **L'anatomie Générale** : Tu vas apprendre les différents os du corps humain, leur spécificité, les muscles (insertion, terminaison, etc…), les trajets des nerfs et vaisseaux. Pas d'échappatoire, c'est du par coeur. Au début tu trouveras ça long à apprendre et à force ça rentrera dans ta tête, il faut juste s'entrainer régulièrement et revoir assez souvent sur des schémas. Pour les coeurs d'anatomie, c'est bien de travailler en binôme, un prend les schémas l'autre le coeurs… Mais attention, munis toi d'un binôme de confiance… Souvent le prof prend ses schémas sur un livre d'anatomie, tu peux l'acheter pour avoir des schémas clairs.

POUR LE CONCOURS: L'épreuve dure **1h**, si tu connais bien tes coeurs, le temps n'est pas un problème. Il faut bien te concentrer et c'est dans la poche !

L'UE 6!

> **L'initiation à la connaissance du médicament**: Tu verras l'histoire du médicament, les classements des médicaments, c'est un peu toutes les bases de la pharmacologie.

POUR LE CONCOURS: C'est aussi une épreuve de **1h**. Normalement tu as le temps de faire l'épreuve et de bien te relire. Il faut faire attention à bien comprendre le sens des questions.

L'UE 7!

> **Les Sciences humaines**: Ça ressemble un peu à de la philo mais ça n'en est pas…! Ça t'aide vachement mon explication, n'est ce pas ?! Sinon je te conseille de bien écouter en cours, tu retiendras déjà pas mal de chose. Plusieurs sujets totalement différents seront abordés comme le handicap, la fin de vie, l'éthique, la philosophie de Canguilhem… C'est une matière à ne pas négliger et à bien comprendre/apprendre car ça représente un gros coefficient au concours.

> **La Botanique**: Tu apprendras les bases de la botanique: un peu d'histoire (à bien connaître), une liste de plante (nom français, latin, description, toxines, effets …) Un petit conseil pour bien visualiser la plante, annexes des petites photos à tes fiches.

POUR LE CONCOURS: C'est un épreuve de **3h**. Je te conseille de commencer d'abord par les QCM et ensuite de faire la rédaction de sciences humaines. Avant de commencer à rédiger prend le temps de faire un brouillon très clair, essaie de faire un brouillon assez schématique ou tu peux bien repérer l'idée principale, l'explication et l'exemple pour ton idée, ce sera du temps de gagner pour ta rédaction.

Personnage de la fac :

Cette année tu vas intégrer le PFRS, une grande structure qui regroupe **plus de 3 000 personnes**. Hé oui, mon amis, ça fait beaucoup de petites têtes tout ça! ;)

Alors qu'est ce qui compose tout ce petit monde ? Tout d'abord commençons par toi, cette année vous êtes environ **1 500 PACES**. Ensuite il y a toutes les **années supérieurs de médecine** (environ 900 étudiants) allant des L2 aux internes. Les étudiants **sage-femme** nous ont rejoint cette année. En face du PFRS se trouve la **fac de pharma** que tu croiseras régulièrement dans la cafétéria de la fac. Nous on rejoint également les étudiants **infirmiers**, les étudiants **aide-soignants** et les étudiants en **kiné** nous rejoindront bientôt.

Et **A part les étudiants**, il y a des personnes importantes pour gérer tout ce petit monde. D'abord on a **le doyen, le Pr Denise**, que tu auras peut être en cours pendant tes études. Puis il y a bien sûr la **scolarité** pour gérer problème d'inscription, d'emploi du temps etc… Si tu as une question n'hésite pas à aller les voir au 4eme étage, il y a un représentant pour chaque promo. Tu peux aller voir les horaires d'ouvertures sur le site de l'UFR de médecine. Il y a aussi le **secrétariat** qui règle les problèmes administratifs, normalement tu n'auras pas l'occasion d'aller les voir cette année mais c'est bien de savoir qu'ils sont là.



LES ENDROITS A NE PAS LOUPER

Où bosser ?

Si tu déprimes lorsque tu travailles chez toi, et que tu te sens seul n'hésite pas à aller travailler dans des lieux fréquentés comme les bibliothèques. Ça te permet de voir du monde, faire des pauses avec tes potes et de ne pas rester à déprimer chez toi! Certains n'aiment pas car ils n'arrivent pas à se concentrer, alors que d'autres préfèrent. C'est à toi de choisir.

Les Bibliothèques Universitaires (BU)

Il y en a dans chaque campus, à toi de tester et de choisir celle qui te correspond.

Au campus 1:

> La BU droit : Elle est située près de la galerie vitrée et de la cafétéria du campus 1. Elle est ouverte le lundi de 10h à 19h, du mardi au vendredi de 9h à 19h et aussi le samedi de 9h à 12h.

> **La BU LVE :** Elle est ouverte du lundi au jeudi de 8h30 à 22h et le vendredi de 8h30 à 17h

Au Campus 2:

> **La VU STAPS :** Tu ne peux pas la rater. Elle est spacieuse, aérée, et il y a quasiment toujours de la place ! Elle est sur plusieurs étages avec des salles de travail disponible. Ouverte le lundi de 10h à 19h, du mardi au vendredi de 9h à 19h et le samedi de 9h à 12h.

A la fac de médecine :

Nous avons la chance d'avoir une grande et agréable BU dans le PFRS, on trouve quasiment toujours de la place, sauf en période d'examen où c'est plus compliqué. Tu t'apercevras vite qu'il y a un grand espace en haut et en bas où tous les étudiants travaillent et un autre de l'autre côté, un peu plus caché, occupé la plupart du temps par les externes en révisions pour l'ECN.

Si tu veux plus d'information, tu peux aller sur le site de l'université de Caen: **http://www.unicaen.fr**

La bibliothèque municipale

Si tu n'aimes pas travailler avec plein de camarades PACES autour de toi, tu peux aussi aller étudier à la bibliothèque municipale située en face de la mairie dans le centre de Caen. Elle est ouverte le samedi après-midi, ce qui peut être pas mal si tu n'es pas bien chez toi pour travailler. Par contre, il n'y a pas que des étudiants donc essaies de te trouver un petit coin tranquille pour travailler et n'oublies pas les boules quies.

Où manger ?

Dans les restaurants universitaires (RU) et cafétérias universitaires, tu peux utiliser la Léo carte (ta carte étudiante). Le principe est que tu la charges sur internet avec ta carte bancaire et tu paies ton repas avec en la présentant à la caisse. Ça évite d'avoir plein de liquide tout le temps sur soi et c'est bien plus rapide. Si tu veux tout de même payer en liquide, pour le confort des hôtesses de caisse, il est préférable d'avoir la somme nette.

Les RU:

Si tu n'aimes pas trop manger tout seul chez toi, et que tu veux manger avec tes amis, tu peux manger au RU, ce n'est pas très cher et tu as pas mal de choix. Ça t'évite de perdre du temps à faire des courses, à cuisiner, à faire la vaisselle… Surtout si tu travailles à la BU c'est pratique. Ça te permet de ne pas manger tout seul. Les repas sont à environ 3€20, sans supplément. Il en existe plusieurs:

Au campus 1:

> **le RU A:** ouvert le midi, c'est celui juste à côté de l'arrêt de tram CROUS.

> **le RU B :** ouvert le midi et le soir, à 100m du RU A.

Au campus 2:

Il y a un RU ouvert midi et soir.

A Lébisey:

> **Le RU C** ouvert le midi.

Au campus 4:

> **Le RU Claude Bloch:** C'est le RU le plus proche de la fac de médecine. C'est un peu embouteillé le midi, et ça risque d'être pire avec l'arrivée des étudiants infirmiers et aides soignants.

Les cafétérias:

> **La cafétéria du campus 1:** située juste à côté de la BU droit, ouverte le midi.

> **La cafétéria du campus 2:** située à science 1

> **La cafétéria du PFRS :** tu ne peux pas la louper, elle est située en face de l'entrée du pôle. C'est assez sympa et les hôtesses très agréables sont là toutes l'année donc elles vont finir par te connaitre !

> **La cafétéria de la fac de pharma:** petite cafétéria gérée par les étudiants en pharma, elle est très chaleureuse et conviviale, quoi de mieux pour se vider un peu la tête le temps d'un repas.

Où sporter et se détendre ?

Si tu n'as pas envie de prendre 10 kg pendant ton année à cause du stress je te conseille vivement de garder une activité pour décompresser. Durant cette année il est important de se vider la tête et de se défouler, quoi de mieux que le sport ? Pour ça tu as plusieurs option.

Le SUAPS!

Le SUAPS est là pour toi si tu veux faire du sport avec l'université. Tu dois juste payer une petite cotisation lors de ton inscription à la fac sur internet. Si tu ne l'as pas fait tu peux toujours aller t'inscrire directement là bas. Le bâtiment est situé juste à côté du RU A. Tu trouveras les horaires d'ouverture sur le site de l'université de Caen et tous les sports que tu peux y pratiquer.

Le stade nautique de Caen

Si tu trouves les horaires de la piscine du SUAPS trop compliquée à suivre tu peux aller voir au stade nautique où les horaires sont plus larges.

L'hippodrome

Adepte de la course à pied tu cherches un endroit sympa où pratiquer ton sport? Va voir à l'hippodrome, il y a un grand espace prévu à cet effet tout autour. L'avantage est que tu as tes propres horaires et rien à débourser à par le prix de bonnes chaussures si tu n'en as pas encore.

En PACES, il ne s'agit pas de s'acharner bêtement au travail. Tu vas avoir besoin de te détendre un peu, mais attention, de temps en temps, évites d'y passer tout ton temps. Si tu en as marre du sport tu peux aussi te détendre avec des amis.

- **Un coin détente dans ta fac:** à la BU il y a des canap' dans lesquels tu peux ta détendre un peu en silence avant de te remettre au travail

- **le cinéma pathé à Caen**

Libre à toi d'en trouver d'autres.



Les prépas privées, qu'en dire ?

A ton arrivée en PACES, tu as déjà dû entendre parler des prépas privées qui sont censées te préparer au concours PACES. Tu as déjà dû te faire harceler par un bon nombre d'entre elles: médicaen, Icare, groupe galien, et j'en passe… Elles se bousculent à Caen…

Alors oui, les prépas privées en ont aidé plus d'un, et ça paraît normal vu qu'elles proposent des exercices en plus et des cours pré-tapés. Mais à quel prix?! Au sens propre comme au sens figuré, les prépas privées n'ont pas que du bon. Il faut que tu saches que prépa ou pas, il te faudra travailler, et ce n'est pas parce que tu payeras une somme faramineuse que tu réussiras ta PACES. La prépa ça prend énormément de temps en plus de tout ce que tu as déjà à faire (cours, eds, concours blanc…), pendant le temps que tu passeras à écouter une longue correction de tes exos, explication dont tu n'as pas toujours besoin quand tu as fait tes exos et bien compris, ceux qui ne sont pas inscrits à un prépas privée seront en train de travailler aussi, mais en faisant des choses pour eux, qui leur sont utiles à eux! Ensuite, elles ne proposent pas toutes la même chose, beaucoup font encore pas mal d'erreur dans leur cours ou QCM, et si tu n'es pas vigilant tu risques toi aussi de faire ces erreurs. Ensuite pour la SHS (UE7), une matière tant redoutée par les étudiants, très peu sont performantes sur le sujet. En PACES il ne s'agit pas de se crever à la tache et de payer une prépas qui réduirait ton budget (logement, nourriture, livres importants…)

Il y a du bon, et du mauvais dans les prépas privées, alors si tu veux t'y inscrire tu peux le faire, mais elles ne sont ABSOLUMENT PAS INDISPENSABLES pour réussir ta PACES. Certaines prépas privées se vantent d'avoir 55% de réussite au concours. Cependant, en considérant les chiffres officiels de la faculté de médecine qui prennent en compte les primants et doublants n'ayant pas abandonné, on a un taux de réussite de 57% réparti sur les 4 concours. Ces simples statistiques parlent d'elles-mêmes ! D'autant plus que la fac a mis en place pour toi: le tutorat PACES de Caen, qui a environ 10 ans d'ancienneté, qui se rapproche chaque année un peu plus des services proposés par les prépas privées et cela GRATUITEMENT. Qui plus est, il s'agit d'un des meilleurs tutorat de France, donc que demande le peuple?!

À toi de faire ton choix ;)

PS: ce message est sans conflit d'intérêt vu que je ne suis pas tutrice, il est juste là pour te permettre de faire ton choix et d'y voir un peu plus clair par rapport à l'excellent démarchage publicitaire de la plupart des prépas privées.

Le Tutorat Santé de Caen



Commençons par le début, qui sommes-nous ? Nous sommes une équipe composée de 70 tuteurs, c'est-à-dire 70 étudiants de deuxième année de médecine, pharmacie ou sage-femme. Notre rôle est de vous soutenir en vous proposant des services pédagogiques d'une totale gratuité.

Mais comment avons-nous été sélectionnés ? Le Tutorat se base sur le volontariat, nous sommes ici car nous l'avons voulu. En plus de l'habituelle lettre de motivation, un entretien oral avec l'ancienne équipe a été mis en place afin d'avoir un réel aperçu des motivations de chacun.
Notre association est voulue par le Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche. L'objectif est de donner les mêmes chances à chaque étudiant, sans que ces deniers ne doivent passer par des prépas privées souvent hors de prix. Nous recevons également le soutien du Ministère ainsi que des UFR de Médecine et de Pharmacie pour réaliser nos projets. Ce lien nous permet d'être en contact avec les professeurs qui nous aident à réaliser nos colles et autres concours blancs.

Nos services : Chaque tuteur se voit attribué un groupe de 20 à 25 tutés, c'est-à-dire des étudiants de PACES. Le rôle d'un tuteur est de soutenir ses tutés, partager avec eux son expérience de la PACES, répondre à leurs questions, être disponible pour eux (et éventuellement de les rassurer ou de les ré-orienter). Au-delà de l'aspect soutien, certains tuteurs ont un poste particulier, chacun avec des responsabilités et des tâches particulières, qu'il s'agisse de la présidence, de la communication, de l'orientation ou encore de la mise en place des colles, des armatures...

Les colles : il s'agit du principal service du Tutorat. Tous les lundi midis, une colle est organisée. Une semaine à l'avance, les étudiants sont informés sur le thème de cette colle (généralement, elle porte sur une seule UE, parfois il s'agit d'une colle mystère, l'UE sur laquelle elle portera est maintenue secrète). Les QCM sont préparés par les tuteurs et corrigés par les professeurs, ce qui garantit leur qualité. Le mercredi suivant, les résultats sont publiés sur le site, les étudiants n'ont qu'à se connecter sur le site pour voir leur note et surtout leur classement. Les conditions de la colle sont aussi proches que possible du vrai concours.

Les polys du Tutorats : ce sont en fait les cours de PACES, rédigés par nos soins. Ces polys permettent aux étudiants d'avoir un support écrit et fiable (mais en aucun cas nos polys ne dispensent d'aller en cours, rien ne remplace le cours d'un professeur). Vous trouverez à la fin des chapitres, les annales corrigées propre à chaque chapitre. Ils sont téléchargeables gratuitement sur le site mais peuvent également être achetés en version imprimée à la Corpo.

Les annales : les QCM des années précédentes sont disponibles sur le site, les étudiants peuvent ainsi s'entrainer dès qu'ils le souhaitent. La correction est celle proposée par les tuteurs, cependant notre correction reste très fiable.

Les armatures : cette année, nous avons modifié le format des armatures. Il s'agit en quelque sorte de cours particuliers qui se déroulent certains vendredi midis. Les étudiants sont prévenus à l'avance, ils peuvent choisir de venir ou non. Durant l'armature, des exercices réalisés par les tuteurs sont expliqués et corrigés. Ces armatures sont l'occasion de bénéficier d'astuces et de conseils supplémentaires pour apprendre. Nous recommandons vivement aux étudiants de préparer les armatures à l'avance (elles sont téléchargeables sur le site) afin d'en tirer un maximum de profit.

Le concours blanc : à la fin du semestre, un concours blanc est organisé. Il porte sur l'ensemble des UE du semestre. Au même titre que les colles, les questions sont préparées par les tuteurs et corrigées par les professeurs. Les conditions sont celles des épreuves officielles et nous savons par expérience que nos concours blancs sont représentatifs des résultats du vrai concours, notamment en raison du grand nombre de participants.

Le stage préparatoire : deux semaines avant la rentrée officielle, nous organisons un stage qui permet aux étudiants qui souhaitent participer de prendre de l'avance sur le programme, d'acquérir des bases importantes et de se mettre dans le rythme de la PACES. Les tuteurs sont chargés de l'organisation, mais certains professeurs de la faculté participent et assurent bénévolement une partie des cours.

Nous sommes en lien avec les autres Tutorats de France et l'ANEMF ainsi que l'ANEPF (Association Nationale des Etudiants de Médecine/Pharmacie de France) afin de partager nos expériences, notre vécu et de nous entre-aider pour proposer des services toujours plus perfectionnés. Nous sommes également présents sur les réseaux sociaux (facebook, twitter et plus récemment snapchat) pour faciliter la communication, le partage des informations et des actualités...mais les informations principales qui concernent directement les étudiants sont toujours disponibles sur le site.

Le Tutorat est à votre service !



- Qu'est ce que la « fédé » ?

C'est une fédération territoriale qui réunit les différentes associations étudiantes de Basse-Normandie (plus d'une vingtaine ! dont la corpo Médecine, Pharma et Sage-Femme.)

- Son rôle ?

Les missions de la FCBN sont multiples : de la représentation étudiante auprès des différentes instances locales grâce aux élus, à l'organisation de la rentrée étudiante en passant par l'animation quotidienne des campus via les associations (comme nous !) et à la solidarité étudiante via l'AGORAé.
La FCBN est le moteur de différents projets sur le campus étudiant comme le téléthon, le Défi Sang Limite, des journées de préventions à la contraception et la sécurité routière etc…
Avec plus de 50 élus étudiants, étant la première organisation de représentation étudiante de Basse-Normandie, elle s'efforce de défendre au mieux les intérêts étudiants au sein des résidences universitaires du CROUS et de l'université ☺
Elle se charge aussi d'assurer si besoin de la formation et l'information des membres associatifs et des élus.
Pour vous résumer cela, la fédé est pour les différentes associations à plus grande échelle ce que nous sommes pour vous !

- Information

Je vous conseille (fortement) d'aller visiter leur site internet les loulous ! ☺

Président : Valentin Pestel
Web : www.campusbn.org
Email : contact@cambusbn.org
Adresse :
FCBN – Fédération Campus Basse-Normandie
Université de Caen
CS 14032 14032
Caen Cedex O5





KASKAD





Salut jeune guerrier !

Nous c'est KASCAD, je nous présente : nous sommes une association de solidarité locale et internationale, travaillant sur l'aide au développement en Afrique et notamment au Niger.
En réalité on aide financièrement les actions de l'ONG Eau Vive. Le plan ? réhabiliter des puits, former et fournir la population pour pouvoir faire des cultures maraîchères irriguées leur permettant de cultiver toute l'année (et pas seulement les 3 mois de la saison des pluies) et mettre en place des banques céréalières qui leur permettront de stocker durant l'année une partie de leur récolte pour leur propre consommation.

L'aide au développement c'est un travail de fond et sur le long terme.. c'est aider les nigériens et pas « faire à leur place », ainsi on n'envoie aucun des membres de l'association là bas, seul les nigériens y travaillent, c'est un des principes phare d'Eau Vive et de KASCAD.

Pour pouvoir financer ces actions, l'association organise des soirées à thème, des ventes de café et de gâteaux au PFRS, mais aussi des fiches résumées des promos L2/L3 pour les révisions. On n'est pas une grande association mais on essaye d'intervenir au mieux dans la vie étudiante de la fac. On est surtout une chouette équipe qui travaille dans la bonne humeur et nous sommes toujours ouverts aux personnes motivées !

Bon tu l'auras compris, ce n'est pas vraiment cette année que tu auras l'occasion de nous connaître. Mais on se croisera sous le hall, alors n'hésites pas à venir nous acheter quelque chose, c'est pas cher et c'est pour la bonne cause !! En attendant d'avoir ton concours et de te voir – peut-être – rejoindre notre troupe, toute l'équipe te souhaite bon vent pour cette course de longue haleine ! Et n'oublie pas, à chaque fois que tu abandonnes, c'est quelqu'un d'autre que tu laisses gagner, alors ne lâches rien !!

Pauline Magnier, présidente de KASCAD.





Les bras cassés de cette année 2015 - 2016

Chez les Médecins

Le cursus :

En deuxième année, c'est un peu plus « cool » qu'en PACES, mais il faut quand même continuer à beaucoup travailler, tu tu ne veux pas avoir plein de rattrapages en fin d'année. Tu verras que niveau ambiance, ça n'a rien à voir avec la PACES, tu vas rencontrer plein de gens de ta promo, tu vas faire la fête, et pouvoir te détendre!

En troisième année, tu as des stages comme en deuxième année. C'est un pas vers l'externat, mais tu dois valider toutes tes matières pour passer dans l'année supérieure.

La quatrième année c'est la première année d'externat. C'est totalement différent de ce que tu aurais pu connaître. Tu alterneras entre stage et cours: tu auras deux mois de stage puis deux de cours. Tu vas devenir un grand, avec des responsabilités! La difficulté sera de trouver le courage de travailler après le stage parce que tu auras pas mal de chose à savoir pour les partiels.

La cinquième année, c'est un peu pareil. Tu verras, certains commencent à réviser pour l'ECN, d'autre commence en sixième l'année de l'ECN (Examen Classant National). Tu devras retrouver un bon rythme de travail surtout si tu souhaites une spécialité difficile à obtenir.

La Corpo médecine



Présentation de la corpo : Peut être en as tu déjà entendu parler, ou pas, je m'en vais t'expliquer de ce pas. La corpo, c'est l'association des étudiants en médecine de Caen. (la SPEPSC pour les intimes: accroche toi bien: il s'agit du Service de Polycopie des Etudiants en Profession de Santé de Caen. Le local de la corpo se trouve à l'entrée de la nouvelle fac.

Bon, mais à quoi ça sert, tu vas me dire ?

Alors la corpo est divisée en deux parties: le coin poly et le coin événementiel. Notre site: http://www.spepsc.org/wordpress/

- **La polycopie** : avant tout, nous sommes un centre d'impression pour les étudiants. Notre objectif est d'imprimer dans les plus brefs délais, dans la meilleure qualité et en grande quantité les cours pour que tu les as à temps et à meilleur prix. Pour toi il y a les annales et les synthèses du tutorat, que tu pourras venir chercher début septembre. Mais la corpo est aussi là pour les années supérieures: il y a les ronéos pour les deuxièmes et troisièmes années, les Polycopiés Nationaux pour les externes et les annales pour toutes les années y compris pour toi. En tous cas saches qu'on a trois grosse imprimantes à la corpo qui ne demande qu'à manger du papier, des vraies machines de compte, donc n'hésite pas à venir les faire travailler! ;)

- **L'événementiel:** la corpo c'est aussi de la détente. Tu pourras en profiter surtout les années suivantes quand tu auras du temps. Les principaux évènements sont: les soirées organisées dans les bars/boites de nuit et les soirées en salle. Le gala qui se déroule aux alentours de la fin février qui réunit 1000 personnes, l'occasion de sortir ta plus belle robe/ton plus beau costume et de faire la fête toutes promos réunies! Le ski pour les deuxièmes et troisièmes années. Attention soit attentif, cette année tu as la chance de partir aussi, lors d'un ski organisé rien que pour TOI petit padawan !

Présentation du bureau:

Le président: Paul Roquier



Salut les p'tits keums ! Je me présente, je m'appelle Henri et je voudrais bien réussir ma vie…
TU TE CALMES DIRECT ! En vrai de vrai de sérieusement, je suis Paul, le président choupichouette du SPEPSC (« le SPEPSquoi ? Hein ? Vous avez trouvé le nom en ouvrant une canette ? »). Mais non petit PACES rigolo de mon coeur, le SPEPSC c'est le nom classieux de la Corpo Médecine, ta meilleure amie (après la main droite/gauche des PACES masculins). Je m'en vais de ce pas t'expliquer mon rôle dans cette vaillante communauté de l'anal.
Alors voilà, être président c'est cool parce que ça en jette mais il y a quand même du boulot derrière ! Mon rôle c'est de manager l'équipe, assurer une bonne cohésion et surtout

aider n'importe lequel des membres du FBI (bureau fédéral des infantiles) dans toutes les tâches (je suis un peu le Vanish du groupe vois-tu) !
Je suis également l'employeur légitime de Roswell (« Il y a un alien dans le PFRS ? Il est de quelle couleur ? »). Encore une fois tu te trompes jeune ex-bachelier fraîchement exfolié du visage pré-pubère de la scolarité (parce que je suis aussi poète à mes heures perdues) ! Roswell c'est le petit nom propre de l'employé de la Corpo, c'est lui qui t'accueillera au local et te distribuera les différents documents dont tu auras éventuellement obligatoirement besoin pour réussir ton année (LOL). Un petit conseil : ne le vouvoie pas, il bifle.
Pour finir je suis également le représentant des étudiants en médecine de Caen (ouh la la, ça fait un sacré paquet de nouilles !) et je représente bien. N'hésite pas à venir me voir si tu me croise dans un couloir et que tu as des questions sur la vie estudiantine en médecine, je suis gentil. Que la force soit avec toi et keur keur !
Signé : le Prez' qui t'aime <3

La secrétaire : Agathe Ribet



Bichour, bichour les petits (qui sont plus grands), alors moi je suis celle dont on ne parle pas, mais qui fait tout (absolument tout héhé). Tout d'abord, je retape à la machine à écrire nos petites réunions et CA, afin que tout le monde puisse voir à quelle point nous travaillons ardemment ! Et ensuite, la partie pour vous très chers futurs collaborateurs, je vouos permet d'avoir les plus swaggy des stabilos ainsi que les marqueurs pour vos colles, mention spéciale "tu vas déchirer et avoir ton concours si tu l'achètes". Vouala vouala #bonchance

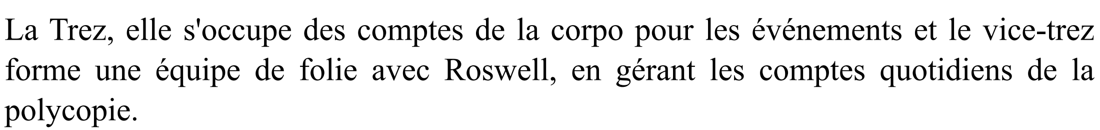
Les trésoriers : Lucie Migraine et Thomas Lhoutellier



Tout d'abord, il faut savoir que la trésorerie c'est la vie ! Ben oui parce que pas de trésorerie : pas de sous, pas de sous : pas de corpo et pas de corpo : pas de corpo...

Les soirées pour que tu puisses redécouvrir ta vie sociale après le concours ou encore les stabilos pour pouvoir peinturlurer tes cours (et puis tout plein d'autres événements trop coooools que tu découvriras en L2), tout ça c'est possible en partie grâce à nous et à notre don de la nature pour le calcul et la compta... (….ou pas d'ailleurs, pas besoin pas d'avoir fait maths sup, de la logique, de l'organisation et savoir se servir d'excel (#coursdetechnoducollegerpz) ça suffit !)





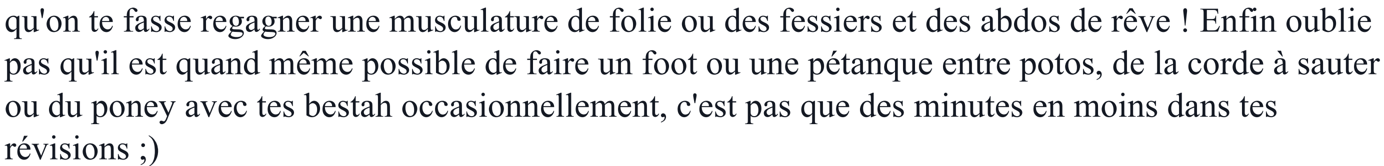
La Trez, elle s'occupe des comptes de la corpo pour les événements et le vice-trez forme une équipe de folie avec Roswell, en gérant les comptes quotidiens de la polycopie.
Si t'as des questions, (ou des pots de vins à nous faire passer (mais ça marche que si ya vraiment vraiment beaucoup de vin, ou du rhum à la limite...:p)) n'hésite pas à nous faire signe ! ;)
Bon courage pour cette année et à bientôt jeune padawan ! :D

Lucie et Thomas

VPs SPORTS : Baptiste Hazera et Simon Heude



Salut l'athlète !
Alors, pas trop déprimé à l'idée de ne plus pouvoir exhiber tes muscles saillants on ton plus beau legging à la salle de sport ? Car cette année la sueur entre les fesses et la fatigue sur le terrain, tu vas plutôt les connaître au bout de 3 heures dans un amphi rempli pendant un septembre caniculaire !
Mais rassure-toi, tes VPs SPORTS te proposent pour décompresser pendant tes vraies vacances de Noël, juste après tes exams du 1er semestre, une inoubliable semaine au ski qui a déjà ramené l'an près d'une centaine de PACES !
Alors là on veut te voir travailler comme une mule jour et nuit, décrocher ton ticket pour l'étape suivante et on se voit l'année prochaine, histoire qu'on t'organise des événements sportifs à gogo et



qu'on te fasse regagner une musculature de folie ou des fessiers et des abdos de rêve ! Enfin oublie pas qu'il est quand même possible de faire un foot ou une pétanque entre potos, de la corde à sauter ou du poney avec tes bestah occasionnellement, c'est pas que des minutes en moins dans tes révisions ;)
Sportivement, avec sueur et amour !

VP événementiel : Alexis Morandi



Bien le bonjour à toute et à tous ! Comme tu l'auras compris, une année de L2 se résume bien souvent par une vie nocturne prononcée et une soif à faire rougir les dromadaires. C'est pourquoi j'ai la mission d'organisé les fameuses soirées carabines caennaise et d'autres évènements que tu auras l'occasion de découvrir tout au long de l'année. Mais tu vas te dire : « et moi qui suit en PACES », ne t'en fait pas, il y en a pour tout le monde, tu pourras souffler après tes concours et je te ferais découvrir la tumultueuse vie étudiante caennaise.

Les VPs santé pub : Clément Goupil et Louise Legros



Heeeey! coucou c'est nous! Alors nous clairement on est les piliers de la corpo! La sensibilisation et la générosité, ça nous connait. Comme tu es quelqu'un de très bien (...), on ne doute pas qu'on te verra au Défi Sang Limite, et autres évènements trop cool! On est là pour soutenir différentes assos (téléthon, Movember...) et récolter plein de sousous, hey ouais, parce que nous on pèse dans le game!! Si tu cherches du réconfort cette année, allez, viens, on sera bien bien bien!

Nounours & Miss XD

VP Communication/Webmaster : Léo Schmidt



Parce que la technologie a peur de moi et que je suis expert en enlevage de boutons d'acné sur Photoshop, je m'occupe de toute la partie informatique de la Corpo. Maintenance des différents PC, entretien du site web, gestion des pages Facebook/Twitter, création des affiches et vidéos ; un boulot titanesque, pas à la portée du premier glandu. Et en plus de ça je sais taper au clavier sans rgadrer e t fahncrmnet v(est la csslae nqn ?
Gros bisous les noobs !
Léo

VP ANEMF : Kévin Planchon



Yoh moi c'est kévin, prénom de merde je sais... mais bon, ça ne m'empêche pas d'avoir le poste le plus cool et surtout le plus important de la corpo !
émoticône wink
 En gros je suis le mec qui vous représente au national dans les congrès de l'anemf (Association Nationale des Etudiants en Médecine de France) et aussi un peu au local
émoticône tongue
. C'est donc moi qui fait remonter vos idées, envies et demandes, en ce qui concerne les études médicale ! Et pour faire cela ba je me balade un peu partout dans notre belle France pour assister au différents CA
émoticône tongue
 voila c'est à peu près tout ! Si tu as la moindre question n'hésite pas à venir me voir en discutera autour d'un verre (à tes frais bien-sûr).



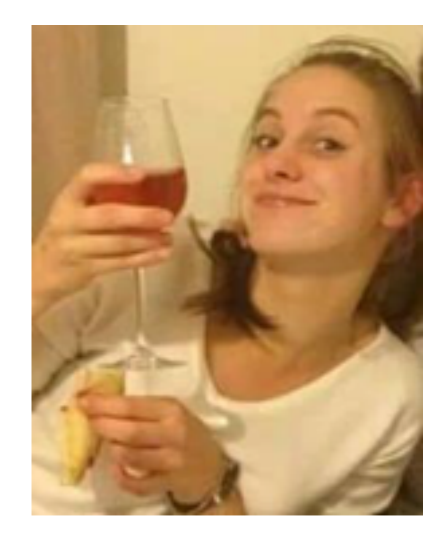
VP Réseau/Election: Julien Piquenet

Yo à toi ! Comme indiqué mon poste consiste à organiser les différentes élections qui vont avoir lieu sur le campus comme les élections CROUS ou les centraux, et si quelqu'un viendra t'embêter dans ton amphi pendant que tu es en pleine concentration, ce sera sûrement moi héhé ! Mais ce sera toujours dans la bonne humeur, pour la bonne cause et faire avancer nos revendications (en plus tu auras un goûter offert en votant ! c'est cool non ?)

En dehors de cela, je m'occupe du réseau local que peut avoir la Corpo Médecine : je représente les étudiants en médecine à la fédé (tu sais pas ce que c'est ? je t'explique à la fin du petit futé !) et je peux faire passer vos avis/mécontentements aux élus UFR qui s'empresseront de résoudre les problèmes ☺

Pour finir, n'hésitez pas à venir me voir si vous avez des questions ou des avis à faire valoir, je suis cool et je suis là pour ça ! Tchousss on se revoit à la fac ;)

Julien



VP parts : Charlène

Hello futurs bizuths <3
Alors moi c'est Charlène, je suis la VP Part' de la corpo ! C'est clairement un poste qui pèse. Je me charge d'aller voir nos différents partenaires, je me donne CORPS et âme pour trouver des goodies, des avantages pour les adhérents à la corpo, des places de concerts et plein de trucs HYPER SYMPAS. Cette année je vais me démener pour obtenir plein de contrats encore plus cools. Alors petit PACES, dépêche-toi d'aller voir notre page partenaire sur le site de la corpo et d'avoir ce concours pour pouvoir pleinement découvrir tout ce à quoi tu as droit et pourquoi la VP Part assure grave ! ;)
Kiss kiss

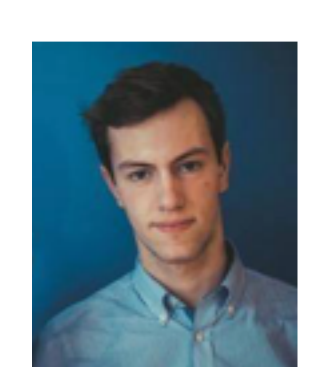




VP léo : Cléofé Miconi et Lucie Maigret



Nous on est les LEO, et on s'occupe du programme SCOPE !
Mais qu'est-ce que c'est ?? C'est un programme d'échange pour les externes, afin de faire un stage à l'étranger (PAS AU CANADA ET AUX USA BITCH !).
Nos meilleurs amis à la corpo, c'est les santés pubs, parce qu'on peut parler de tout avec eux, même de licornes parfois. Si vous êtes gentils et pas méchants (parce que c'est pas bien d'être méchant, c'est mieux être gentil), venez nous parler de SCOPE, on a du thé et des biscuits.
Ça sent l'hibiscus et la vanille.



VP Gala : Clément Boisgontier

Salut moi, c'est Clément, le VP Gala. Mon boulot à moi c'est d'organiser la plus grosse soirée médecine de l'année : la gala médecine ! Même si vous ne serez pas nombreux à venir cette année (PACES oblige ! ;)) tous ceux qui passeront en 2ème année y seront ! Donc je vous dis à l'année prochaine (pour les meilleurs ;)) et on se voit au gala pour les plus courageux (ou les plus fous !)

La VP poly: Isabelle Enjalric



Salut à toi jeune padawan. Déjà bravo à toi, si tu as eu le courage de lire jusque là, tu es un warnnors, tu iras loin cher ami! Je suis la VP polycopie. Les autres membres t'ont probablement racontés que c'était leur poste qui pesait dans le game ? Qu'ils avaient le meilleur poste de la corpo ? Hé bien laisse moi te dire la vérité: le meilleur poste à la corpo, c'est celui là, parce que sans VP poly il n'y aurait pas tous tes précieux cours de PACES imprimés soigneusement, hé même que la corpo n'existerait pas (sans aucune prétention, évidemment ;)) En plus j'ai la chance de côtoyer super Roswell, tu sais celui qui te vend les polys à

la corpo, oui il fait un peu peur, mais ne t'y trompe pas, il est très gentil ! :) Et en plus, j'ai la chance de t'écrire ce petit livret. Alors hein, c'est quoi le meilleur poste à la corpo ? ;) En vrai mon poste consiste en quoi ? Il consiste d'une part à gérer les impressions des polys pour toutes les promos, à créer les annales des promos, à remplacer Roswell lors de congés imprévus et plein d'autres choses et d'autre part à gérer les contrats des imprimantes de la corpo. Si tu ne le sais pas encore, à la corpo on a 4 belles imprimantes pour imprimer tous tes petits cours, sous contacts qu'il faut par moment renouveler.

Petit aparté: Roswell c'est l'employé de la corpo. Il fait un peu peur comme ça mais surtout soit gentil, aimable et souriant avec lui, car les années supérieures tu seras amené à le voir souvent, alors ne fait pas de lui ton ennemi, conseil d'ami. Lui aussi nous a écrit un petit mot de présentation:
P.S. : Le commandant RoSWeLL est aussi taquin, et ces propos concernant notre façon de surexploiter l'employé pour des trognons de pommes n'engagent que lui et pas la corpo !

« Ne vous y trompez pas, le gars qui tient la corpo n'est pas méchant, « c'est un gros nounours » comme dit J-C, une ancienne trésorière de la corpo…
C'est l'employé. Oui, vous avez bien lu, la corpo peut s'offrir un employé pour faire tout le sale boulot dont elle ne veut pas. Il doit imprimer tous les tirages, polyps comme ronéos et les agrafer à la main sinon c'est pas drôle. Il va en forêt pour couper les arbres et en faire du papier qui ne servira qu'à vous aider dans vos études. En plus c'est un artiste du monde étudiant. Parlez-lui de la faluche, et il deviendra intarissable, vous verrez !
Donc si vous avez un besoin quelconque, allez le trouver, nous le payons des clopinettes pour qu'il soit taillable et corvéable à merci ! »
Roswell



Le Ski des PACES:



Petits veinards, comme l'an dernier, la corpo se soucie de votre bien être, et elle vous propose un voyage au ski!

Ne panique pas, tu pourras aussi fêter Noel!

Le voyage aura lieu du 26 décembre au 2 janvier ! L'idée c'est de vous proposer un ski très peu cher dans une station où vous allez pouvoir rencontrer des gens de vos futures promos (et oui, les pharmas aussi). Cela te permettras de constituer un bon groupe pour le deuxième semestre et de pouvoir te motiver pour bosser !

Le ski c'est le meilleur moyen de s'oxygéner, de changer d'air pour être à fond pour le deuxième semestre, alors profite en ! C'est l'occasion de partir entre amis, à bas prix, et de refaire le plein de motivation. Probablement pour beaucoup d'entre vous le premier voyage entre potes sans les parents ! ;)

FRANCHEMENT, si on avait eu l'occasion de le faire à votre âge, après le concours, on l'aurait fait! Parole de scoot!

L'an dernier, le ski PACES avait déjà réuni près d'une centaine de PACES qui ne manquent pas d'arguments pour vous faire venir : « c'est LE moment de l'année pour faire des rencontres en paces », « un prix très avantageux », « le point fort, c'était l'ambiance ! », « décompression maximale après le concours, bon air de la montagne » …

Le voyage comprend:

- le voyage en bus aller-retour
- location du matériel ski (snow, ski, chaussures, bâtons…)
- forfait de remontée mécanique
- logement en station

Il te suffit de ramener ta valise, de quoi manger (matin/midi/soir) et c'est parti ! ;)

Bref, on espère que tu seras de la partie pour le ski PACES 2016, on revient vers toi bientôt pour te filer bien plus d'infos !

Avec sueur et amour,

tes VP Sports !

Chez les Pharmas

La corpo Pharma: ACEPC



L'ACEPC c'est l'Association Corporative des Etudiants en Pharmacie de Caen. Nous, on fait la même chose que la corpo médecine mais de l'autre côté du parking en face de votre beau PFRS !

Cette année, nous somme 13 étudiants à l'ACEPC (eh oui c'est 3 de plus qu'avant notre famille s'agrandit). Nous sommes élus pour un an et on est très motivés pour faire bouger la fac de pharma et divertir nos petits étudiants entre deux de la BU ! Parce que nous on est comme ça on ne s'ennuie pas en pharma !

Bon à part ça pour parler boulot (eh oui il faut bien de temps en temps quand même !), c'est une difficile année qui t'attends en tant que PACES et tu ne nous verras pas beaucoup cette année puisque tous tes polys seront imprimés à la corpo médecine (et ce quelque soit ton choix de filière). Mais si tu veux quand même voir un peu ce qui se passe par chez nous, n'hésite pas à devenir ami avec le compte Facebook de la corpo : Corpo PharmaCaen ou visiter notre site internet : www.acepc.org. Et pour les plus Snapchatteurs, ajoutez acepc sur SnapChat !

Et si jamais tu te sens pousser des ailes ou que tu as envie de te faire une petite promenade et si tu as la moindre question sur notre belle filière ou n'importe quoi, n'hésite pas à venir nous voir dans notre repère, on a plein de documentation, de bière et saucisson et on ne mord pas encore (enfin ça dépend qui). Bon tu t'en doute si tes questions concernent les principes de thermodynamique de Madame Sopkova ou l'anatomie du petit bassin on risque d'avoir du mal ! (quoique le petit bassin…).
On va te raconter plein de choses et tu verras que contrairement aux idées reçues, la pharmacie n'est pas une filière poubelle et qu'on apprend des choses très intéressantes (bon peut-être pas les deux premières années) et elle nous ouvre un très grand panel de débouchés.

Mais pour en revenir un peu à nos activités, l'ACEPC organise des soirées mais pas que ; on est pas que des petits rigolos qui font joujou avec des bidons d'embuscade !
En vrai, on offre un service de polycopie à tous nos étudiants pour leurs polys de TP, leurs supports de cours mais aussi leurs annales (bon on joue pas dans la même cours que nos amis carabins pour la poly hein mais c'est bien pratique tu verras). On tient aussi notre cafétéria qui est dans la fac ouverte tous les jours du lundi au vendredi (ça c'est la classe) alors viens-y faire un tour c'est un lieu très conviviale et très sympa.
On organise aussi le rallye et le gala en octobre où tu es bien sur le bienvenu ainsi que des évènements de santé publique.
Pour finir, on est là pour soutenir les étudiants et faire le lien entre eux et l'équipe pédagogique et on s'intéresse également aux réformes des études et à l'actualité pharmaceutique au travers des assemblées générales de l'ANEPF (Assemblée Nationale des Etudiants en Pharmacie de France) mais ça tu as tout le temps d'y penser et de t'y intéresser à ton arrivée en 2ème année.

L'ACEPC tient aussi un journal avec les autres associations de la fac : le PharmaCaenCaen. Tu verras on y trouve pleins de trucs sympas et surtout les petits jeux de la fin.
Dernier rendez-vous, notre forum des métiers organisé avec APICaen, l'association de la pharmacie d'industrie de la fac ou tous les PACES sont les bienvenues pour se renseigner sur leur orientation en pharmacie.

Et voilà l'équipe de bras cassés en image :


Président
Pierre-Marie BLESTEL


Trésorière
Pauline BRAULT


Secrétaire
Marie SIATKOWSKI


VP Partenariats
Valentin PHILIPPE


VP Communication
Timothée CHERET


VP Evènementiel
Agathe FORGET


VP Réseau
Quentin RICCHIERO


VP Cafétéria
Arthur JOUVIEN


Trésorier Cafétéria
Paul BESNIER


VP Santé Publique
Elisa COLIN


VP Polycopie
LIENART Maxime


VP Polycopie
Charlotte MONGROLLE


CM mobilité et
international
Mathilde BALOCHE

Sur ce, je te souhaite bon courage petit PACES et à très bientôt ! ☺

Chez les Sages-Femmes

L'Association des Etudiants Sages-Femmes de Caen (AESFC) est une toute nouvelle association créée en Janvier 2014.

Elle compte, parmi ces membres, 25 étudiants actifs dont :

- La présidente : TINA Emilie
- La secrétaire : FABLET Mylène
- La trésorière : BAGOT Valentine
- Les administratrices : RIVIERE Mégane, LANGLAIS Margaux, CROUIN Audrey, BENARD Océanne
- La VP évènement : MENARDON Stéphanie
- La VP communication : VIEL Noémie
- La VP actions solidaires : MARIE Mathilde
- La VP partenariats : MAGLIULO Pauline
- La VP annales : VIVIER Romane
- La VP prévention : BOUILLAUT Amélie
- Sans oublier les nombreux chargés de mission



En tant que PACES, l'AESFC n'intervient pas beaucoup pour toi cette année. Mais tu peux nous suivre sur Facebook (AESFC tout simplement) et participer aux différents évènements que nous organisons. Notre local se trouve au 2ème étage du PFRS, juste à côté du local de l'association KASCAD.

Qu'est-ce qu'on fait à l'AESFC ?

Cette année, un certain nombre d'actions et évènements ont déjà eu lieu : une participation en équipe à la Mondevillaise et à la Rochambelle, l'édition d'annales polycopiés, la création d'un sweat d'école, une participation au Téléthon et à l'Hôpital des Nounours, …
En Septembre a lieu le week-end d'intégration des SMa2 organisé par les SMa3, et en Juin le Gala organisé par les SMa4.

L'AESFC est un peu comme vous, toute jeune mais avec pleins de projets pour l'avenir. Ses membres sont motivés pour aider au mieux les étudiants sages-femmes et surtout pour t'ambiancer ! Alors n'oublie pas, les étudiants sages-femmes envoient du steak !!!!!

Chez les Kiné

Si tu aimes faire des massages, l'anatomie, le sport, les muscles, la sueur, alors kiné est fait pour toi. Tout nouveau de cet année le cursus kiné te donneras accès à une voie inconnue encore en PACES. Pour l'instant je ne peux pas tellement t'informer mais tu le seras très vite. Si vraiment tu ne sais attendre tu peux contacter corpo kiné et autre asso concernées.

Chez les dentaires

Si tu es motivé par la bouche et les dents (rien de plus propre ;)), dentaire est fait pour toi. Le numérus Clausus de 2015 pour cette filière à Caen s'arrête à 21 places ce qui est très peu donc il va falloir te remuer un peu! Si tu es pris en dentaire, il te faudra nous quitter car la suite de tes études se fera à Rennes, mais la distance ne doit pas te bloquer! Si tu as vraiment envie de faire ce cursus fonce et ne choisi par une autre filière par défaut ou tu risques fortement de le regretter. Et puis Rennes et une ville étudiante très sympa, il y a pire, crois moi ;)

Pour plus d'info tu peux contacter la corpo dentaire.

Mot de la fin

Maintenant que tu sais tout, tu peux désormais voler de tes propres ailles. Aller fonce petit padawan, pose ce livret, et met toi à bosser. Toutes les cartes sont entre tes mains à présent. Que les meilleurs gagnent.

XOXO

Isabelle Enjalric

VP Polycopie à la corpo médecine 2015-2016

